よりよい地域をめざして…地域情報紙 買い物や飲食は地元のお店を利用しましょう
シティライフ
2016.8.27 Vol.1000
外房長生夷隅版 配布地域／茂原市・長生郡・いすみ市・夷隅郡・勝浦市 【70,000部】
http://www.cl-shop.com
企画・発行／シティライフ株式会社
地域で守ろう子どもの安全
次回発行日▶9月3日(土)
シティライフが提供する動画をWEBで見れます！

きもの館 まるへい
和の心、着物はじめましょう
1回500円 着付教室
●茂原店 毎週日曜日／10:00～11:00 13:00～14:00
●岬本店 毎週土曜日／10:00～11:00
半衿付から二重太鼓まで
茂原店 茂原市茂原1173 ☎0475-25-2617
岬本店 いすみ市岬町椎木1890 ☎0470-87-2707

九十九里平野を潤す大事業を知る
両総用水の路ウォーク

両総用水は、かつて目ぼしい水源がなく日照りに苦しんでいた九十九里平野とたびたび洪水に見舞われていた香取市佐原地区の水問題を解決するため敷設された農業用水路だ。佐原地区で利根川の水を汲み上げ、千葉県北東部と九十九里平野の14市町村に水を送り一宮川に至る。長さ約80キロメートル、千葉県で一番長く大きい用水路の壮大な事業は、昭和18年に着工され、戦争や数々の難題を乗り越え、昭和40年に完成した。その水は米など多くの農産物の生産を支え、豊かな自然環境を育んでいる。

6月4日、『第6回両総用水の路ウォーク 東金から山武』（約15キロコース）が開催された。参加者135名が集合したのは求名駅から徒歩10分の城西国際大学高円宮殿下記念スポーツパーク。主催するNPO法人千葉県ウオーキング協会会員と共催の水土里ネット両総などの職員に導かれ、列を作って出発した。

国道126号線を渡り、並行に走る県道119号線につながる車道をしばらく歩くと石の円柱が建つ場所に着く。通りからは見えないが、大きな水音が聞こえる方向に、昭和30年に完成した『東金円筒分水口』がある。直径7、8メートルはあるコンクリート製の農業用水施設。サイホンの原理で中心から吹き上がった水を等分に各水路に流す仕組みになっており、水量を目で確認できるので公平だと農業関係者に安心感を与えてきたという。

千葉県立農業大学校での休憩時に、円筒分水口を初めて見た20代の参加者は「今も使用されているのに感動します」と先人の知恵に感心していた。

坂を下り進むと、広い水田の上をまたぐように架かる農業用水専用の水路橋が見えてくる。はじめは橋上を水が流れる開水路だったが、平成5年からの老朽化した施設の更新事業によりパイプが取り付けられ水の流れは見えない。長さ305メートルの橋に沿って歩くと、水路のスケールの大きさを実感する。他の開水路も同様にパイプとなり、外からは見えないそうだ。「米作期の4月から8月は橋を水土里ネット両総が毎日点検しています。安全な水からおいしいお米ができるのです」と職員の滝口さんは胸を張って話す。20分ほど歩き、吸水池やポンプ室のある両総用水第3揚水機場に到着。同ネット提供の豚汁とともに昼食を取り、両総用水の全体像について説明を聞いた。

午後はイチゴハウスの間を抜け、東金ダムに向かう。長い列を作って進んでいると、家族と一緒に後方を歩いていた小学生が先頭に追い付いてきた。参加者は高齢者が目立つが、日頃からウオーキングを楽しむ人も多く疲れた様子はない。毎年異なるコースを歩くのでリピーターは増え、船橋、柏などからも来る。道すがら、水土里ネット両総の職員は「ここはひび割れているな」と田んぼの水を眺め、協会副会長の平野さんは「同じ時間と距離を健康的に歩くには姿勢正しく」と歩くコツを教え進んだ。

里山風景を楽しむうちに房総導水路にある東金ダムに到着。[illegible]の前でダムを管理する水資源機構の職員が解説の音声を流す。房総導水路は昭和46年に着工され、昭和52年に一部通水を開始し、平成17年に完成した。利根川の水を引き、横芝光町付近までは両総用水と共用の施設を使う。そこから両総用水の北側を流れ、九十九里、南房総、千葉市とその周辺の地域への水道用水と京葉臨海工業地帯に工業用水を供給する。途中に東金ダムと長柄ダムがある。

ダム東岸を歩くと、時折、水の浄化のため、ダム湖面から湖底の水が噴き出す。それを見て「謎の生物かも」などと冗談を言っているとヘビに遭遇した。円山公園を抜け、日枝神社西側の鳥居から入り、社殿から樹齢350年以上ある杉が並ぶ表参道を通る。桜の名所八鶴湖を右手に見て進むとゴールの両総土地改良区事務所。職員らが出迎え、お土産の地元農産物を手渡す。記念にジグソーパズルをもらった小学4年生の男の子は「楽しかった。円筒分水口はどうやって水が出るのか不思議だった」と元気に帰路の東金駅に向かった。

両総用水については水土里ネット両総のホームページ、歴史については（一社）農業農村整備情報総合センターによる『6千年の宿命に挑んだ用水 両総用水のあらまし』（映像サービスYou Tubeより）に詳しい。（萩野）

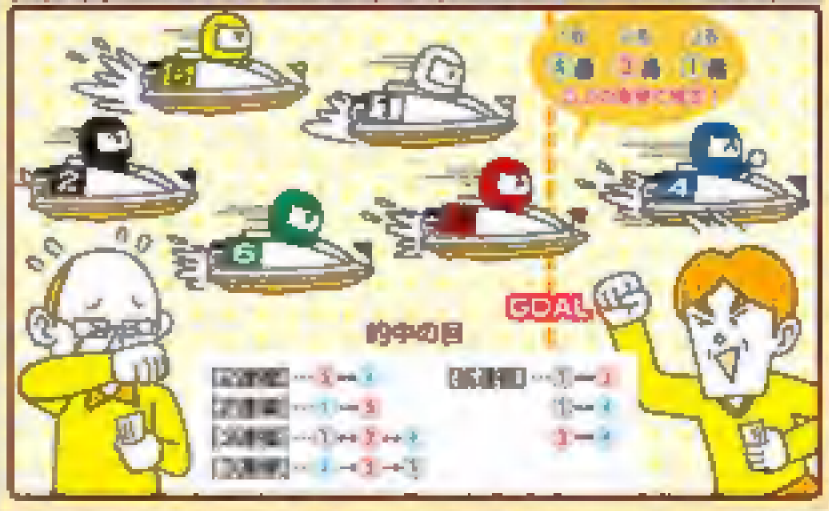
㈳千葉県ウオーキング協会 ☎043・255・0141
㈹水土里ネット両総 ☎0475・52・3145

特撰 東西落語名人会
東西の人気落語家が競演！
人気番組「笑点」でおなじみ三遊亭円楽、上方落語界の大御所桂文珍が登場。二人の名人芸は必見・必聴です。この機会にどうぞお楽しみ下さい。
2016年9月11日(日) 茂原市民会館
開演17:30 4,200円
プレイガイド
ときわ書房茂原アスモ店 0475-27-7707
チケットぴあ 0570-02-9999（Pコード452-358）
イープラス http://eplus.jp/
主催 チケットのお申込先：エイフル企画株式会社 0120-241-052 チケットご郵送承ります

CUT&COLOR Ange アンジュ
1,000円カット美容室
カット 1,080円
カラー（シャンプー含む） 2,052円～
ヘナ（シャンプー含む） 3,024円～
営8:30～17:00（土曜日は9:00～18:00）
休日・祝祭日 スーパーせんどう茂原店内
☎0475-22-8288

TOTO 節水トイレ取替キャンペーン
パナソニックの温水暖房便座付
工事費込みで 税込 9万4千円
限定10台限り 平成28年9月16日迄まで
最新型のお掃除ラクラク・清潔な一流メーカーのトイレに取り替えて、工事費と処分費込で税込9万4000円!! お取替で従来品より水道代も14200円もお得に♪
別途、壁・床の内装も承ります。
ミライフは関東39[illegible]ルギー会社。暮らしをもっと快適にする製品・サービスをお客様にお届けしています。
パナソニック ビューティ・トワレ
TOTO ピュアレスト QR
ミライフ株式会社 大原店
いすみ市大原 9338
0120-612-305

Bridal fair ブライダルフェア 9/3(土)～4(日)
年内挙式の方限定 ドレス半額キャンペーン
ウエディングドレス・カラードレス 50%OFF
大好評 0円!!
知らなかったカップル続出! クチこみでも大人気!!
二次会 ドレス＋タキシード 50,000円～
二人だけの選べるフォトプラン
最新スタジオ&ガーデン完備（完全予約制）
Aプラン 土日祝日プラン ¥50,000 平日プラン ¥39,800
Bプラン 土日祝日プラン ¥80,000 平日プラン ¥59,800
Cプラン 土日祝日プラン ¥70,000 平日プラン ¥49,800
婚礼レンタル衣裳専門店 (有)さわだ貸衣裳店 ブライダル アビエ
TEL.0475-24-6699 ご予約優先
http://www.habiller.co.jp
営AM9:00～PM6:00 定休日 第3火曜日

やさしい[BOAT RACEのススメ] 第四回
ボートピア市原で発売中の舟券の種類を解説します


発売中の舟券の種類は5種類！
昨年の平均配当も参考に、レースを楽しんで下さい！
[2連複]…1・2着の艇を当てる 1点100円の平均配当 1,000円
[2連単]…1・2着の艇を着順通り当てる 1点100円の平均配当 1,947円
[3連複]…1・2・3着の艇を当てる 1点100円の平均配当 1,314円
[3連単]…1・2・3着の艇を着順通り当てる 1点100円の平均配当 7,739円
[拡連複]…1～3着までの2艇を当てる 1点100円の平均配当 370円
22年度（2010年1月～2010年12月）の平均配当です。
ボートピア・サテライト市原 HP
http://www.bp-ichihara.com/
ボート・競輪の情報を掲載しています！
もつ定食 100円割引券
有効期限は、平成28年9月3日まででです
BOAT RACE ボートピア市原
KEIRIN サテライト市原
http://www.bp-ichihara.com/
〒290-0066 千葉県市原市五所1966-1 10時開場
駐車場・キャビン席無料券
有効期限は 平成28年10月27日までです
シティライフ フリー

ぶどう狩りに行こう！

～手ぶらでOK、ぶどう棚の下でバーベキューも楽しめる～

9のぶどう園からなる「東金市松之郷ぶどう郷」

東金市松之郷ぶどう郷には、9軒のぶどう園があり、8月上旬頃から9月下旬にかけて、巨峰をメインにぶどう狩りが楽しめる。松之郷は盆地になっているので、昼夜の寒暖差があり、美味しいぶどう作りに適しているとか。

「松之郷の巨峰は、濃厚な味で風味が良いと言われます。50年ほど前から栽培してますが、自慢は味だけでなく、低農薬・有機栽培であること。皆さんに安心で安全なぶどうを食べてもらいたい」と、鈴木[illegible]会長。

巨峰以外にもバッファロー、藤稔（ふじみのり）など、ぶどう園によって幾つか栽培しているぶどうもある。更に、涼しげなぶどう棚の下でのバーベキュー（1人1500円前後）を楽しめるぶどう園もあるし、自家製の巨峰ワインや巨峰アイス、ジュース、ほか収穫したばかりの野菜等の販売をしているぶどう園もある。「旬の果物をたっぷりと！」是非この機会に。

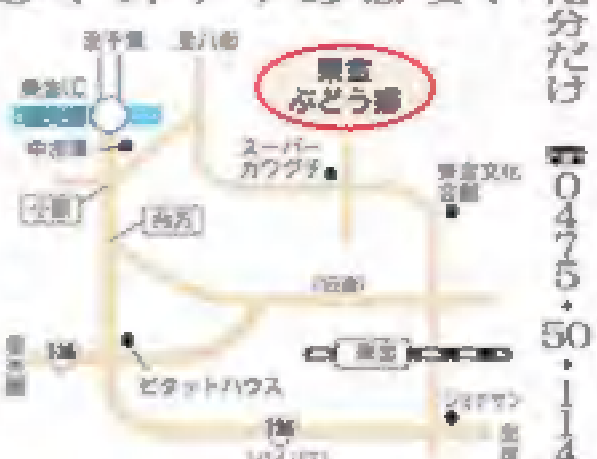
期間中、ぶどう園のはしごをしたり、いろいろなぶどう園に出かけてみては。どのぶどう園も入園無料で、もいだ分だけ料金を支払えばいいシステム。目安として、たとえば巨峰だと1キロあたり1000～1400円（3～4房）。小さめのスチューベンは1キロ900円（5房）ぐらいとのこと。

鮮度抜群のもぎたてを「贈答用に」発送を頼む方も多いそう。帰省時の手土産にも喜ばれることウケアイ。ご家族で、お友達と誘い合わせて「今が旬！」の新鮮なぶどうを味わいに行ってみよう。

（内田）

入園無料。9～18時。期間中無休。雨天でも開園。各園に無料駐車場あり。

㈱松之郷ぶどう組合
東金市観光協会
☎0475・50・1142

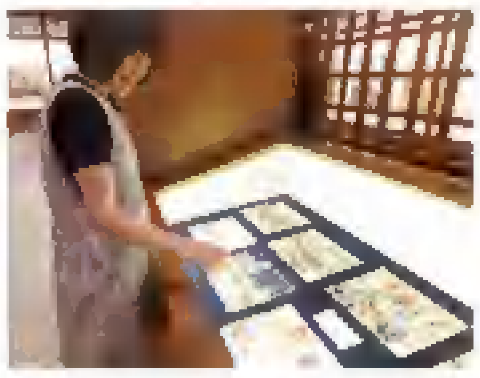


いすみ市の文化遺産 水彩画に描かれる懐古

田園の美術館（いすみ市郷土資料館）で『水彩展OHARA1994－1999』が開催されている。これは旧大原町が「21世紀に向けた次代を担う画家の新作発表の場」として平成6年から6年間、水彩画の全国公募を行い、入賞作品をはじめとする約170点を収集。今回はその中の40点あまりを展示している。モチーフは風景、静物、人物とバランスよく展示されているが、中には水彩画とは思えないほど厚みを感じる作品もあり楽しめる。

元々これらの作品は『いすみ市水彩ギャラリー』が保管していたものだが、建物の老朽化で今年3月に閉館し、田園の美術館に移されたもの。移管されてから初めての展示会ということで、照明を増やしての開催となった。この展示会のサブタイトルはRETROSPECTIVE（回顧展）。大作の水彩画と共に展示されている昭和の頃のスケッチ画も懐かしさを感じる。

高名な作家の作品もあるが、ガラス戸の中に飾られる絵は額が外されており、作者のプロフィールは名前のみ。これは先入観なく絵を楽しんでもらいたいとの美術館側の配慮からで、入り口には「今日はあなたが審査員」とした投票用紙が置かれ、自分の好きな絵を選ぶことができる。ランキングの結果は8月、9月末に掲示予定。10月10日(祝)まで。（大谷）



㈱田園の美術館
（いすみ市弥正93の1）
☎0470・86・3708
開館時間9～16時30分
祝日以外の月曜日と祝日の翌日休館。入館無料
http://www.chiba-web.com/chibahaku/2/index.html

お客様モデルコレクション vol.96
きもの まるへい 検索 「まるへい振袖写真館」をぜひご覧ください
2017年ご成人新作振袖発表会 8/27(土)～8/30(火)
まるへいスタッフ一同全力でお手伝いさせて頂きます。
購入派もレンタル派もリユース派も早いほどおトクで安心。
会場／茂原店

茂原市 A.H様　一宮町 T.N様　いすみ市 S.S様　茂原市 R.T様　茂原市 Y.I様　茂原市 Y.Y様

お客様モデルコレクションは連載します。vol.97は9月3日号に掲載。乞うご期待!!

きもの創 まるへい
茂原店 ☎0475-25-2617
岬本店 ☎0470-87-2707
営10:00～18:00 休水曜
http://www.kimono-maruhei.co.jp

こだわりの石臼挽き

自家製粉の蕎麦を楽しむ

新茂原駅近くで蕎麦好きが通う店「蕎麦さとう」。店内の石臼で蕎麦の実から製粉し、なるべく挽きたての美味しい蕎麦を気軽に楽しんで欲しいと言う気持ちから「せいろ」を500円台から提供。より本格的な蕎麦を楽しみたい人にお勧めなのが「吟挽き手打ちそば」。厳選した蕎麦の実を上品な色、風味、食感をたのしめるように雑味を除き製粉し手打ちにしている。リーズナブルにこだわりの蕎麦を楽しもう。またこの時期なら写真の夏彩御膳をぜひ。汁にすだちを搾れば爽やかなお蕎麦に。店主が作る鯛の料理にも定評があるメニューだ。

●鯛のくんせいと揚げそばサラダ ●季節野菜などの煮しめ ●とろろご飯 ●しそ切りせいろ ●デザート

秋の新そばを食す 1組2名様をご招待

9月中旬から提供される「新そば」をいち早く味わっていただこうと、シティライフ読者限定で1組2名様を無料ご招待!!期日は9月21日13時～。応募条件・方法は本紙3ページの「編集室より」コーナーをご覧ください。

蕎麦 さとう
茂原市長尾2565
☎0475-22-6020
営11:30～15:00／17:00～20:00 (L.O.30分前) 休月曜日
お食事の方 ミニデザートサービス
※1グループ全員有効
有効期間／H28年9月30日
蕎麦さとう

脳卒中後遺症　五十肩　肩こり　腰痛

❶デイサービス・訪問介護と同じ日に、当院のリハビリ・マッサージの治療が受けられます。
❷1級・2級身体障害者の方は、1回の治療費が無料か200円か300円となります。

	通院	往診
受付	8:30～11:30 14:00～15:30 祝祭日も診療	8:00～18:00
休診	金・土・日	日曜・祝祭日

院長より
五十肩
放っておいても自然に治ると思っていたら、
ドンドン腕が上がらない・激痛でたまらない。
当院では患者様一人ひとりの症状に合わせ
五十肩用のマッサージ・リハビリを行います。
初回より腕の動き改善されます。

各種保険　求名はり・灸＋接骨院　交通事故
TEL.0475-52-2070 東金市道庭937-5
予約優先です。予約なしでも大丈夫です。

第1位 美容医療の口コミ広場 【満足度】千葉県ランキング1位
抜け毛・薄毛のお悩みは当院にご相談ください。
薄毛は治せる時代です。
男性も　女性も
当院では、年齢や性別を問わず治療が可能な、
最新の毛髪再生医療「HARG療法」を行っています。
従来の薄毛治療や民間療法で効果がなかった方もぜひ一度ご相談ください。

HARG(ハーグ)療法とは？
人間の組織の中心的な役割を担う「幹細胞」から抽出された
150種類以上の成長因子やビタミン、血管拡張剤などを直接頭皮に注入し、
発毛・育毛を促進させる治療です。
◎毛髪の成長に必要な栄養を頭皮に直接注入するので効果的。
◎「男性型脱毛症(AGA)」だけでなく、女性に多い「びまん性脱毛症」にも適応。
◎日本医療毛髪再生研究会の認定医療機関でのみ施術可能。
院長 西谷直輝

HARG療法 お試しトライアル
〈頭部1/3の範囲〉80,000円
〈頭部2/3の範囲〉100,000円

痛みが心配な方、注射が苦手な方でも安心♪
当院では、炭酸ガスの噴射による圧力で薬剤を頭皮に注入する治療器「MEDJET(メドジェット)」をご用意しております。注射器を使った場合と比べ、痛みは軽減されます。(別途料金は掛かりません)

※記載の価格は全て税別です。自由診療のため、公的保険は適用されません。

千葉駅東口すぐ
美容外科・形成外科 －全国21院の中央クリニックグループ－
千葉中央美容形成クリニック
無料カウンセリング・電話相談は、こちらまでお気軽にご連絡ください。
0120-258-898 受付時間9:30～20:00 年中無休 完全予約制
吉田興業第一ビル7F
JR「千葉駅」〈東口〉より徒歩1分
千葉市中央区富士見2-2-3吉田興業第一ビル7F (大和証券の入ったビルの7Fにございます)
薄毛 千葉中央 検索
http://chiba-chuoh.com

上総国一ノ宮 玉前神社提供 読者投稿 お好きに川柳（第150回）

◆お題「ハイパー」

一席

ハイパーの気概で介護妻菩薩
茂原市 道譯賢一

●ハイパーな商品買って使えない
大網白里市 安延春彦

●孫の夢ハイパーレスキューやや太め
白子町 佐川浩昭

●振り返るハイパー美人声太く
大網白里市 渡辺光恵

●女子会の目にも止まらぬ食べっぷり
いすみ市 三上玲子

●議員さんハイパーインフレ困ります
茂原市 へいちゃん

●捕虫網でまだ追いかけるおじいちゃん
長生村 麻生あそぶ

ご祈祷
毎日9時～16時の間
いつでもお受けしています
〈玉前神社〉
TEL.0475-42-2711

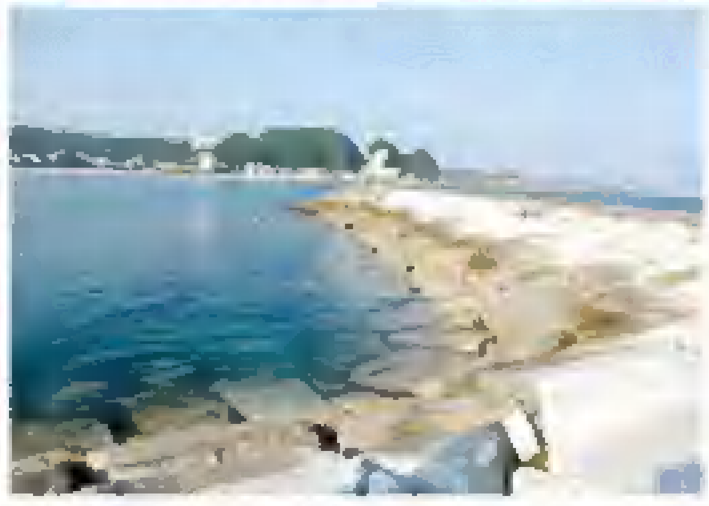
【賞品】
一席の方には、玉前神社様より2千円分の図書カードをプレゼント
【応募方法】
ハガキかFAX、メールで、〒番号、住所、氏名（希望の方はペンネームも）、年齢、電話番号を明記の上、〒290-0022 市原市西広550 シティライフ「川柳」係まで。
9/6(火)〆切
※一般のハガキ、FAXに何句書いていただいても結構です。多数の応募待っております。
fax.0436-21-9142 kiji@cl-shop.com

次回・お題は「返す」です

不思議がいっぱい クサフグの産卵行動

魚釣りをすると外道としてよく釣れるのがクサフグ。板状の頑丈な歯でテグスを切り、内蔵はもちろん、身にも弱い毒があるので一般的には食用にならない。この厄介者のクサフグだが産卵行動は変わっていて、5月から8月初旬の新月と満月の日の3日後から3日間、満潮の2時間前から波打ち際に集まり、波が引くタイミングで放卵、放精する。クサフグの分布は日本全国だが、三浦半島の油壺、山口県の光市室積海岸、そして千葉県の小湊海岸が代表的な産卵場所として知られている。

28年前、クサフグに興味を持ち、調べ始めたのは勝浦市に住む照川由美子さん(83)。小学校の教員だった照川さんは、友人に近隣の海岸で産卵行動を見たら知らせるよう頼んであった。そして8年前、報告されたのが興津海浜公園の人工の大きな敷石が並べられた防波堤の一角。「小石混じりで真水が入り込むなどが産卵の条件だと思っていたので驚きでした。多分、敷石での産卵はここだけだと思います」と照川さん。

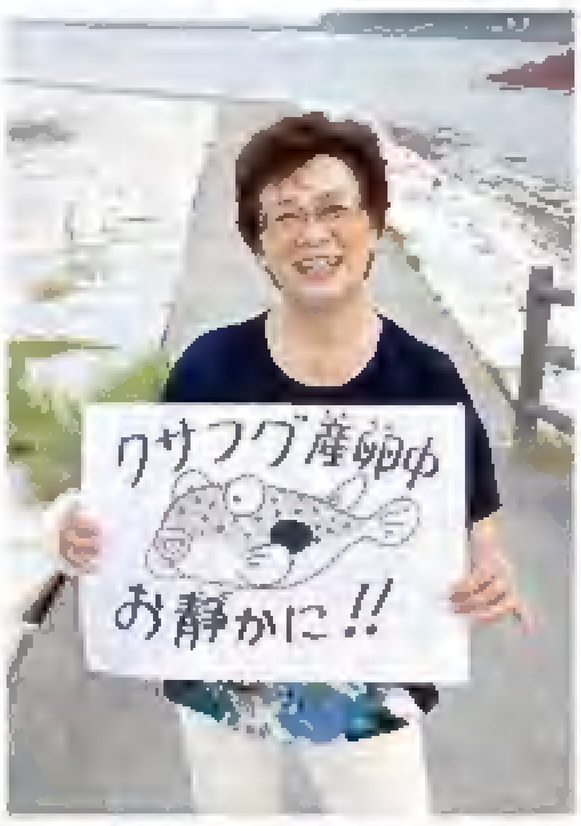


クサフグの産卵はまず偵察隊が安全を確かめる。それで安全だと分かると大群になって磯や入江に入ってくるのだ。たまたま船に乗っていた漁師が、川のように集団になって海に入っていくのを見たことがあるそうだ。

一昨年と今年6月、勝浦市から依頼を受けた照川さんを案内役として、観察会が行われた。平らな防波堤なので車イスでも入ることができるが、いかんせん産卵前のフグは過敏になっているので、産卵予定時刻前から、10メートルくらい離れた場所にじっとしていなければならない。

最近は条件が悪化しているのか、かつては産卵していた他の入江で産卵行動を見かけたという連絡は全く無く、今後は観察会などをきっかけに環境について市民レベルで考えていきたいと照川さんは語る。来年の産卵シーズンに、沢山のクサフグが岸に押し寄せることを願いたい。（大谷）

問照川由美子さん ☎0470・76・1371



行広告

有料 1行2,400円(税別) お申込はお早めに
☎0436-21-9311 FAX0436-21-9142

申し込み方法

◆発行日の2週間前までにご連絡ください。
専用申込書をFAXまたは郵送でお送りします。
◆申込書に住所・氏名・TEL・広告文面など所定の内容を記入後、ご返送ください。
追って掲載料金等を記載した受注書を発行します。
◆掲載料は前払いなので、受注書を確認されたらお振込下さい。掲載紙面は1部ご郵送します。

買います

●きもの専門（今昔)野口染工場 ☎0470-83-0136

●ピアノ 漆田 ☎0120-00-4210
●金プラチナ商品券 相場・額面の90～98%で てんとう虫 ☎0475-72-9400 大網店 休み不定 0476-36-4388 富里店 043-310-5825 都賀店

生徒募集

●着付教室 毎回10時～11時・13時～14時 1回500円 浴衣から二重太鼓まで 詳しくはお問合せ下さい きもの館まるへい 茂原店 ☎0475-25-2617 担当：小谷部 岬本店 ☎0470-87-2707担当：細野
●全日制フリースクール 中学不登校生のための学びの場です 成美学園中等部 ☎0475-44-5777

求人

●アルバイト募集 大網店、茂原店、ホールスタッフ募集 ☎0475-70-1715 担当・渡邊
●スタッフ募集 ランチスタッフ900円～ ディナースタッフ1,000円～ 詳細はお気軽にお問合せください フランス割烹・和牛ステーキ 茂原竹田屋 ☎0475-27-2013 月曜休み

営業案内

●占い聖山 ☎0475-22-6957
●ピアノのレンタル シツデン ☎0120-00-4210

お知らせ

●Autumn Jazz Live 9／11(日)19時開演 かぼちゃハウス（長生村岩沼・ダイナミックゴルフ茂原敷地内） 要予約 チャージなし、ワンプレート+セミビュッフェ+デザート付2,500円 ☎0475-32-3351
●教育相談 ニート・不登校・学力不足・ひきこもり 初回無料 要予約 成美学園 ☎0475-44-5777
●海辺のロマンチック・サルサ 9／18(日) 16時半～19時半 ポルト・イタリアーナ(千葉ポートパーク内) 参加費：4,000円 イタリアンブッフェ食べ放題 生バンド演奏、プロダンサーMIYOKOグループのパフォーマンス、未経験者レッスンタイムあり 高齢者の方、踊らない方もOK 予約先着30名に特製サングリアのサービス(ノンアルコールもあり) ☎043-238-9112

●千葉県こども歌舞伎アカデミー 稽古日：9／11～翌年3／11の(土日)祝の25回程度 成果発表：来年3／12 千葉県文化会館 対象：小学1年～高校3年男女可 未経験者歓迎 稽古費：98,000円、別途小物代(足袋・扇子など) 問合せ：千葉県文化振興財団 ☎043-222-0077

らいふ通信

掲載無料 詳しくはお問い合わせ下さい
☎0436-21-9311 FAX0436-21-9142

申し込み方法

※個人情報や呼びかけなどにご利用ください。
※お申込み 内容を箇条書きにして、住所、氏名、電話番号を明記し、FAXか郵送、メールで
FAX0436-21-9142 メールkiji@cl-shop.com

サークル

●シニア英会話 毎(水) スタジオファイン（茂原市東郷） 初心者：14～14時40分・挫折なしの短時間集中・月会費：2,000円 経験者：14時40分～15時40分・月会費：3,600円 寺子屋（粟生野)でも毎(木)10時～あり 太田 ☎080-5641-0217
●みつばサッカー教室 (金)16～17時 みつば保育園(大多喜町) 年長児対象 参加無料、ただしスポーツ保険料実費負担、途中入会手数料324円必要 動きやすい服装、運動靴、できればサッカー用ハイソックスも 雨天時は保育園遊戯室 まずボールに親しみ、楽しくサッカーに取り組みながら、心身を育成 みつば保育園 ☎0470-82-5530

イベント

●TOTOハイリビング夏祭り 8／27(土) 17～20時45分 TOTOハイリビング茂原工場 雨天中止 よさこい踊り、ジュウウオウジャーショー、BOSO娘コンサート、福引き大抽選会（伊勢志摩旅行チケットほか多数景品あり)、打ち上げ花火、エア遊具など 焼きそば・缶ビール・金魚すくいほか出店多数 ☎0475-34-3555
●夷隅郡市陶芸展 9／2(金)～4(日) いすみ市大原文化センター 入場無料 夷隅陶友会・みさき陶友会・大原陶芸クラブの会員の作品 県展上位受賞者から初心者の力作まで
●全日本写真連盟茂原支部 写真展 9／2(金)～7(水) 10～19時 茂原ショッピングプラザ・アスモ 新入会員募集中 柳沢 ☎090-4436-6153
●コスモス会 絵画展 9／3(土)～12(月) 9～17時、最終日13時 茂原市美術館 体験会：9／3・4・10・11 吉田 ☎090-7809-9893
●竹細工&織もの展 9／4(日)～25(日) 10～17時、最終日15時 ギャラリー801(睦沢町) (木)・第3(木)定休 入場無料 竹虫工房・金坂俊之と手織り工房玄・金坂貞子 ともに茂原在住 竹ひごで編んだかごや行灯・バッグ、草木で染めた絹や綿で織ったショールや袋物など ☎0475-40-3035
●特典付月例ダンスパーティ 9／10(土) 17時～ 高貫ダンススクール(いすみ市岬町) 参加費：1,000円 軽飲食あり サークルたんぽぽ ☎090-4208-1210
●秋の生き活きフェア 9／10(土)11(日) 10～20時 茂原ショッピングプラザ・アスモ 長生・夷隅郡市の福祉施設の販売会 加工食品・パン・木工・手芸品・花苗など 長生厚生園 ☎0475-24-2003
●睦沢即売会 9／10(土)11(日) 9～15時 睦沢町立中央公民館 全国の受刑者が製作した刑務所作業製品等の展示販売 各種家具類、金属製品、革製品、装飾品などのほか、市原刑務所からは国産の原材料で育てた生椎茸・乾燥椎茸も販売 市原刑務所企画部門 ☎0436-36-6001
●カントリーマーケット 9／11(日) 10～15時半 長生村文化会館 今回で29回目となる手作り雑貨やフードのSHOPがたくさんのイベント ☎090-3047-1495

●みんなで踊ろう！フォークダンス 9／11(日) 13時半～15時半 茂原市役所市民室 参加費：300円 フォークダンスのパーティです 猪俣 ☎0475-44-1905・090-2331-1648
●異文化交流稲刈り体験 9／18(日) 小雨決行 10～15時 集合：養老渓谷観光センターやまびこ（大多喜町・老川十字路交差点） 参加費：大人3,000円、子ども2,000円 20名 ベトナム留学生ほか、日本在住の外国の方との交流希望の方 午前中に稲刈り。お昼は新米おにぎり、午後は渓流ハイキングと温泉 レンゲ米の新米2キロ付 要申込・9／15〆切 主催：大多喜みらい塾 ☎0470-62-6989
●手作り仏像60体の展覧会と念珠作り・お香作り・仏花作り体験 9／18(日)19(祝) 長福寿寺（長南町長南） 入場無料 仏像作り教室の生徒さんの作品展 体験は1,000円～ オリジナル腕輪念珠作りはお子さんからOK ☎0475-46-1837
●シニア生活・介護支援サポーター養成講座 10・11月の(金)・全6回 13～16時半 生きがい作りとしてボランティアを行う意思のある方 参加無料、テキスト代500円のみ実費 要申込・9／10〆切 ナルク茂原・いちごの会 ☎0475-26-5229

編集室より

●蕎麦さとう（茂原)無料ご招待 お店のご好意で、9／21(水)13時～、1組2名様をご招待 応募条件：紙面に掲載する写真撮影およびコメント提供にご協力いただける方対象 ハガキかFAX、メールにて代表者の氏名、年齢、住所、電話番号を明記し、コメントを添えて、シティライフ「蕎麦さとうご招待」係まで 8／31まで受付 宛先：〒290-0022 市原市西広550 FAX.0436-21-9142 メール：kiji@cl-shop.com
●ライター募集 在宅ライター（出社の必要なし） 経験者優遇 PCとFAX、デジカメのある方、自家用車で取材に行ける方 未経験者でも地域に関心が高く、取材・文章力のある方ならOK 取材する事柄やジャンルは選べません こちらからの依頼のみ エリアは市原市ほか、長生・いすみ・山武地域 出来高制 履歴書（写真貼付)と自己PR文（約400字)を送ってください 折り返し、面接する方に連絡致します 委細は面接時 電話では応対できません 宛先：〒290-0022 市原市西広550 シティライフ・ライター募集係まで

毎回人気の医療公開講座

『症状からみた整形外科疾患 脊髄・脊椎疾患を中心に』『肩の痛み』

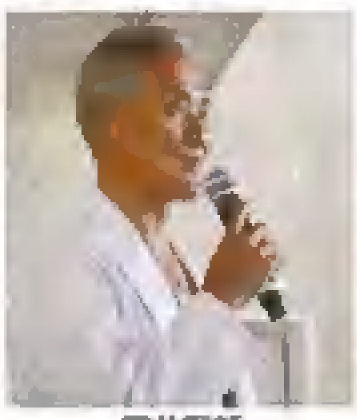
副院長

7月16日(土)、15時から塩田記念病院（長生郡長柄町国府里550-1・茂原街道沿い）1階ロビーにて医療公開講座（もっと詳しく！整形外科疾患『症状からみた整形外科疾患 脊髄・脊椎疾患を中心に』『肩の痛み』）が開催され、約150人が来場した。

今回、18回目の開催となる人気の公開講座。年間4回ほど開かれ、同院の医師が講師となり、講演後に質疑応答の時間を設けたり、個別相談に応じている。当日は講演前に特設コーナーでアップアンドゴーテスト無料測定という簡単な健康チェックも行われ、参加した女性は「足腰の検査だったけど、私は実際の年齢より若いとの結果。良かった！」と笑顔をみせた。

まずは、副院長でもある整形外科の塩田匡宣部長が『症状からみた整形外科疾患 脊髄・脊椎疾患を中心に』を演題に話した。冒頭で「脊髄脊椎疾患（脳から手足にいく神経の束である脊髄におきる病変）を中心にと考えていたが、日頃、こういった講演であまり取り上げられない比較的軽めの疾患もたくさんあるので、今日はそういった疾患について広くお話したい」と述べ、中高年に関心が高い肋骨骨折、むちうち症、手根管症候群（手の痺れの原因として特に多い代表的な病気）、肘部管症候群（肘の内側で神経が慢性的に圧迫されたり牽引されることで[illegible]～筋肉が痩せ指が変形）、手関節の腱鞘炎、ヘバーデン結節（指の変形性関節）、上腕骨外側上顆炎（テニス肘）、肘内障（子どもの肘が外れる）、足底腱膜炎（足の裏にある腱膜の炎症）、腰部脊柱管狭窄症、坐骨神経痛、変形性股関節症等に関して、その症状や診断、治療などについて解説した。

次に、整形外科の石井義医師の『肩の痛み』についての講演が行われ、痛みの原因が肩関節自体にあるものとして、石灰沈着性腱炎（肩腱板に沈着したリン酸カルシウム結晶によって急性の炎症が生じる）、慢性腱炎、腱板断裂（筋肉の腱が切れてしまう）、肩関節周囲炎（五十肩）について話した。


石井医師

引き込まれるように、来場者の皆さんは熱心に聞き入り、メモをとる姿も多く見られた。講演後に来場者に感想を尋ねると、「スライドや資料も用意され理解しやすい。新しい医療の知識も得られるし、自分の思い違いに気づいたりと実生活に役立つ」、「堅苦しくなく、気軽に聞けて勉強になる。自分だけでなく家族のためにも知っておきたいことばかり」などのコメントが聞かれた。また、リピーターや誘われて来たという人も大勢いた。

印象に残った話については、「肋骨骨折は稀に肺を損傷することもあるので、深呼吸して痛みを感じるのは当たり前だが、息苦しさを覚えるようなら胸部外科へ行くのが一番いいという話」、「むちうち症を悪化させる要因は、心配や不安、ストレス等、交通事故だから後で症状が出るのではないか、車がぺちゃんこになるような大きな事故で自分が大丈夫なわけがないという心配やショックなどで、症状が悪化する要因にもなるから心配し過ぎないようにという話」、「一種の老化現象でもある第1関節の変形、ヘバーデン結節とリウマチとの違いや『孫がいる人は知っておいて』という肘内障の対処法」、「肩の痛みの原因が肩こり以外に、心筋梗塞や肺の腫瘍などが考えられるということ」等々が挙げられた。

個別相談

（内田）

次回の医療公開講座は10月29日(土)15時～（終了は16時30分頃の予定）。婦人科 遠藤院長と呼吸器内科 井上明部長、リハビリテーション科 沢本翔太作業療法士による講演を予定。参加申込は9月5日(月)から受付。参加無料。

(株)塩田記念病院
☎0475・35・0031
※(月)～(土) 9～17時

尚、2階カフェスペースでは『いきいき教室 第6回心臓病について』を開催。こちらは事前予約の必要なし。参加無料。次回は9月28日(水)14時30分～（1時間程度）。

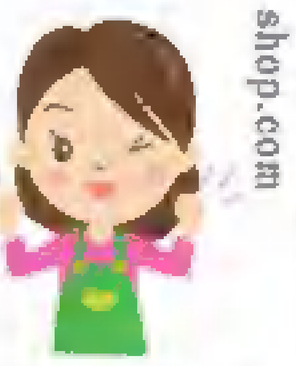
(株)塩田記念病院 栄養科
☎0475・35・0099
※(月)～(金)

情報募集

シティライフでは、読者の皆様が取り上げてほしい情報や地域で活躍する方々を掲載したいと考えています。自薦・他薦問いません。老若男女問わず。但し、営業につながるものは不可です。随時、募集しています。メールかファックスでご連絡を。※電話では受付しません。

同時に、サークルとまではいかないけれど、何か一緒にやる仲間や友達がほしいという募集も受け付けます。宛先は『仲間・友達募集』。必ず、氏名と年齢、住所、電話番号、メールアドレス（あれば）を書いてください。紙面に掲載の折に連絡方法はメールか電話か手紙か、もしくは全部か、ご希望も書いておいてください ね。このコーナーは匿名やペンネームは当事者同士で連絡をとっていただくため不可です。電話番号はこちらから確認の連絡をするため必要なので、書かれていないものは掲載できません。

宛先 〒290-0022
市原市西広550
シティライフ
FAX0436・21・9142
メールはuchida@cl-shop.com



季節のスケッチ

俳画と文 松下佳紀

晩夏光はじき返すや瑠璃蜥蜴

晩夏の強い日差しが照りつける日々、壁先などにひょいと蜥蜴が姿を見せ、しばらくじっとしていることがある。背から尾にかけての鮮やかな瑠璃色が目を引く。体長十六センチ位。青蜥蜴ともいう。やや小太りの胴体は半光沢で生命感に満ち、四肢がある▼危険を察すると一[illegible]にして身を翻す。その逃げ足の早さは小憎らしいほどだ。が、野生の生き物が命脈を保つため、それは当然だ。でなければたちまち天敵の餌食になってしまうだろう▼しかし私は、もっと良く観察しようとして一度だけ蜥蜴を素手で捉えたことがある。蛇のように指先でもがく彼の感触がなんとも薄気味悪く、観察どころか、あっけなく手放してしまったのを思い出す。